

СИЛАБУС КУРСУ

ПСИХОЛОГІЯ ТРЕНЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Освітньо-професійна програма: «Фізична культура і спорт»

Ступінь вищої освіти – магістр

Спеціальність А 7 «Фізична культура і спорт»

Галузь знань – А Освіта

Рік навчання: I, Семестр: 2

Кредитів: 5 Мова викладання: українська

Керівник курсу: д. психол. н., проф. Шандрюк Сергій Костянтинович

Контактна інформація: serhiishandruk56@gmail.com

Опис дисципліни

Дисципліна «Психологія тренерської діяльності» орієнтована на формування глибоких знань та практичних навичок із психологічного супроводу спортсменів. У межах курсу вивчається сутність, види та співвідносність понять психологічної допомоги, супроводу й забезпечення в спорті. Особлива увага приділяється теорії та практиці саморегуляції спортивної діяльності, включно з її чинниками та процесуально-змістовою моделлю, що є ключовим елементом успішної роботи сучасного тренера. У результаті вивчення дисципліни здобувачі зможуть застосовувати набуті знання для формування психологічної готовності атлетів та побудови ефективної комунікації в спортивній команді.

Структура курсу денна форма навчання

Тема	Лекції	Практичні	ІРС	Тренінг	СРС	
Змістовий модуль 1. Психологічний супровід спортивної діяльності						
1. Зміст і завдання психологічного супроводу спортивної діяльності	4	2	2	2	11	
2. Саморегуляція спортивної діяльності	4	2			12	
3. Психологія спортивної команди	4				12	
4. Мотиваційна сфера спортсмена та особливості її розвитку в спорті	4	2			12	
Змістовий модуль 2. Психологія спортивної діяльності тренера						
1. Особистість тренера-викладача	4	2	3	4	11	
2. Ефективність керівництва в спортивній діяльності	4	2			12	
3. Професійно-важливі якості успішного спортивного тренера	4	2			11	
4. Особливості психологічної взаємодії в системі «тренер-батьки-спортсмени»	4	2			12	
Разом	32	14	5	6	93	

заочна форма навчання

Тема	Лекції	Практичні	ІРС	Тренінг	СРС	
Змістовий модуль 1. Психологічний супровід спортивної діяльності						
1. Зміст і завдання психологічного супроводу спортивної діяльності	4	2			16	
2. Саморегуляція спортивної діяльності					18	
3. Психологія спортивної команди					18	
4. Мотиваційна сфера спортсмена та особливості її розвитку в спорті					16	
Змістовий модуль 2. Психологія спортивної діяльності тренера						
1. Особистість тренера-викладача	4	2			18	
2. Ефективність керівництва в спортивній діяльності					18	
3. Професійно-важливі якості успішного спортивного тренера					16	
4. Особливості психологічної взаємодії в системі «тренер-батьки-спортсмени»					18	
Разом	8	4			138	

Літературні джерела

1. Олійник Н. А., Войтенко С. М. Психологічні особливості спортивної діяльності : монографія. Вінниця : ВНАУ, 2020. 240 с.
2. Воронова В. І. Психологія спорту : навч. посіб. Вид. 2-е, без змін. Київ : Олімпійська література, 2019. 272 с.
3. Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2015. 276 с.
4. Іваній І. В., Сергієнко В. М. Психологія фізичного виховання та спорту : навчально-методичний посібник. Суми: ФОП Цьома С. П., 2016. 204 с.
5. Gakh, R., Tsykvas, R., Maliar, E., Korniienko, S., & Khomulenko, B. (2025). Neuroscientific Perspectives on Emotional Intelligence and Self-Regulation in Individual Sports. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 16(1), 324-336.
6. Шандрук, С., & Гах, Р. (2022). Зв'язок самооцінки фізичного стану та мотивації спортивної діяльності спортсменів-юніорів. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди "Психологія"*, (67), 172–184.

7. Гах, Р. (2023). Мотиви спорту у підлітків у залежності від типу саморегуляції спортивної діяльності. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права.*, (5), 77–82.
8. Гах, Р. (2023). Психологічні особливості спортивного перфекціонізму залежно від типу саморегуляції спортивної діяльності підлітків. *Габітус*, (54), 76–81
9. Рогаль, І., Столярик, В., Чхань, А., & Шкондя, В. (2024). Вплив тренувальних занять з волейболу на психологічне здоров'я студентів з во в умовах військового стану в країні. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (5(178), 158-162
10. Пономарьов, В., & Корчагін, М. (2025). Формування психологічної готовності спортсменів одноборців до тренувальної діяльності та до змагань. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (5K(191), 153-158.
11. Ляшенко, В. М., Корж, Є. М., Подлесная, Н. М., & Розпутній, О. П. (2020). Визначення психологічного клімату та його складових у спортивній команді з волейболу. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (4(124), 51-54.
12. Євтушенко, І., Буток, О., Мирошніченко, В., & Путров, С. (2023). Врахування командного клімату у формуванні зіграності баскетболісток вищої ліги. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (12(172), 78-82.

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни «Психологія тренерської діяльності» визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Критерії рейтингового оцінювання

Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	Модуль 4	Модуль 5
10%	10%	10%	10%	5%	15%	40%
Поточне оцінювання	Модульний контроль	Поточне оцінювання	Модульний контроль	Тренінги	Самостійна робота	Іспит
Середнє арифметичне з оцінок під час занять	10 тестів по 2 бали; одне теоретичне питання - 30 балів; одне практичне завдання – 50 балів	Середнє арифметичне з оцінок під час занять	10 тестів по 2 бали; одне теоретичне питання - 30 балів; одне практичне завдання – 50 балів	середнє арифметичне з оцінок, отриманих за зміст підготовленого матеріалу та його викладення	100 балів з використанням стандартизованих узагальнених критеріїв оцінювання знань	Письмова робота: 4 питання в білеті (по 25 балів) або робота в MOODLE: 10 тестів (по 4 бали) + 2 практичні завдання (по 30 балів)

За шкалою ЗУНУ	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90-100	Відмінно	A
85-89	Добре	B
75-84		C
65-74	Задовільно	D
60-64		E
35-59	Незадовільно	Fx
1-34		F